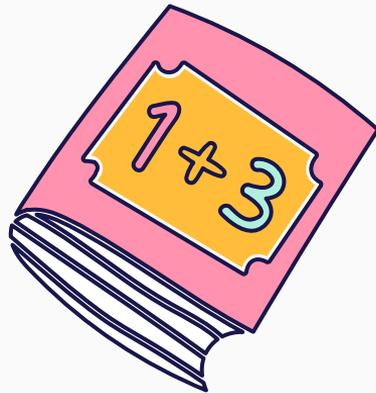
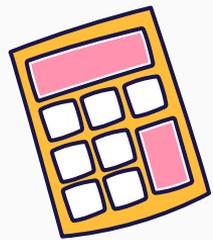




ЦО  
ЦЕНТР  
ОПЕРЕЖАЮЩЕЙ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ

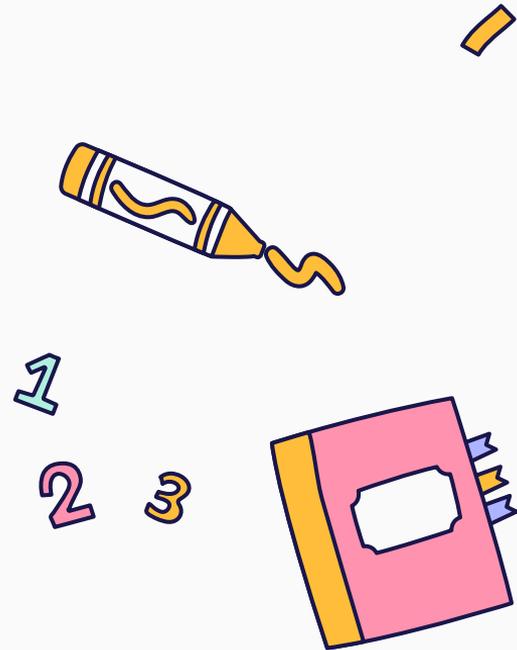
$$2 + 2$$

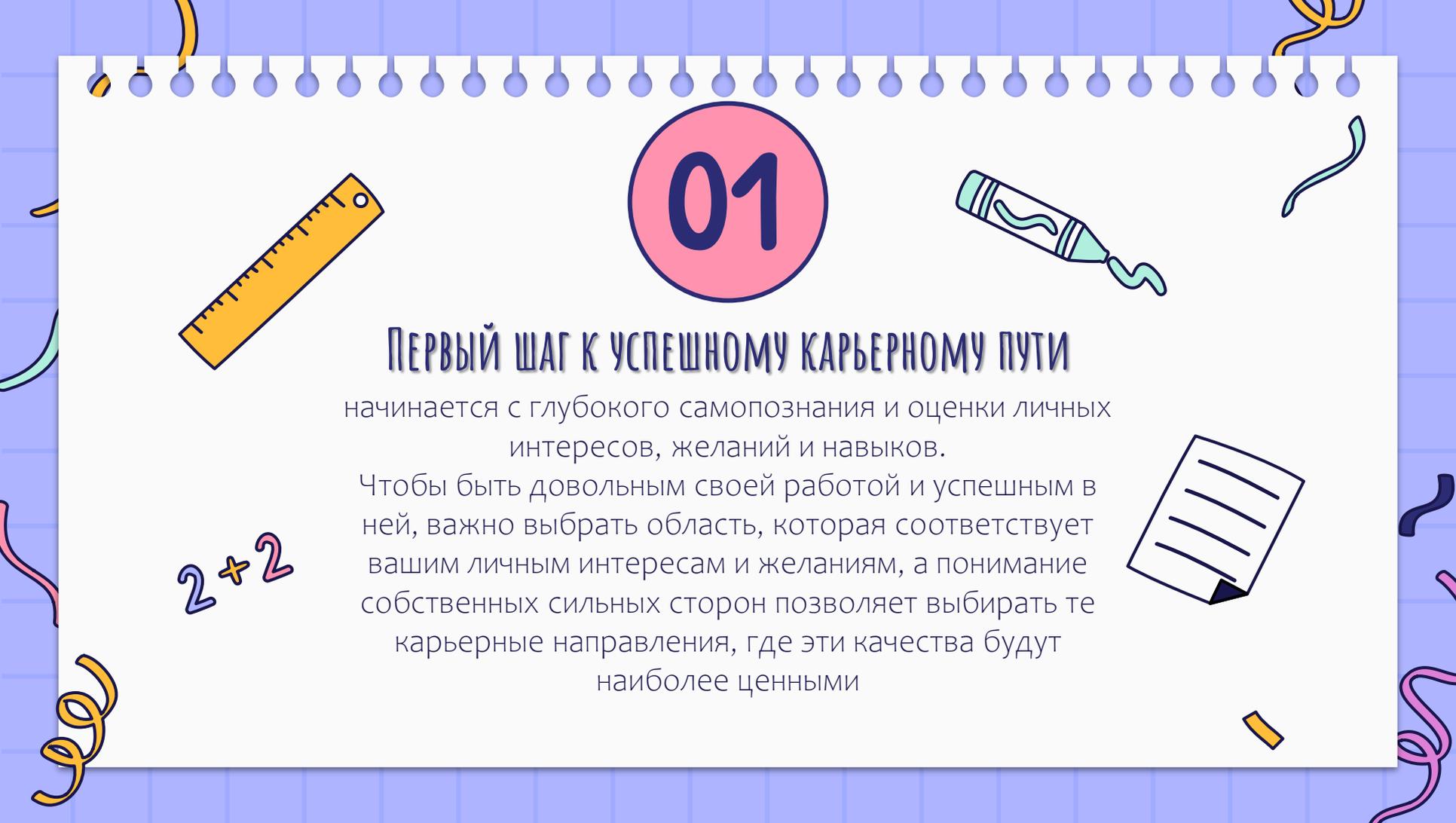
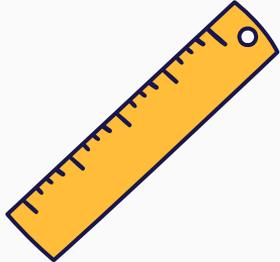
# ПОСТРОЕНИЕ КАРЬЕРНОГО ПУТИ



# ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ

- ❑ помогает определить профессиональные цели и разработать план их достижения
- ❑ включает в себя самопознание, выбор образовательной траектории, формулирование карьерных целей, исследование рынка труда, построение профессиональной сети, развитие личного бренда, получение практического опыта, а также умение адаптироваться к изменениям и регулярный пересмотр карьерного плана





01

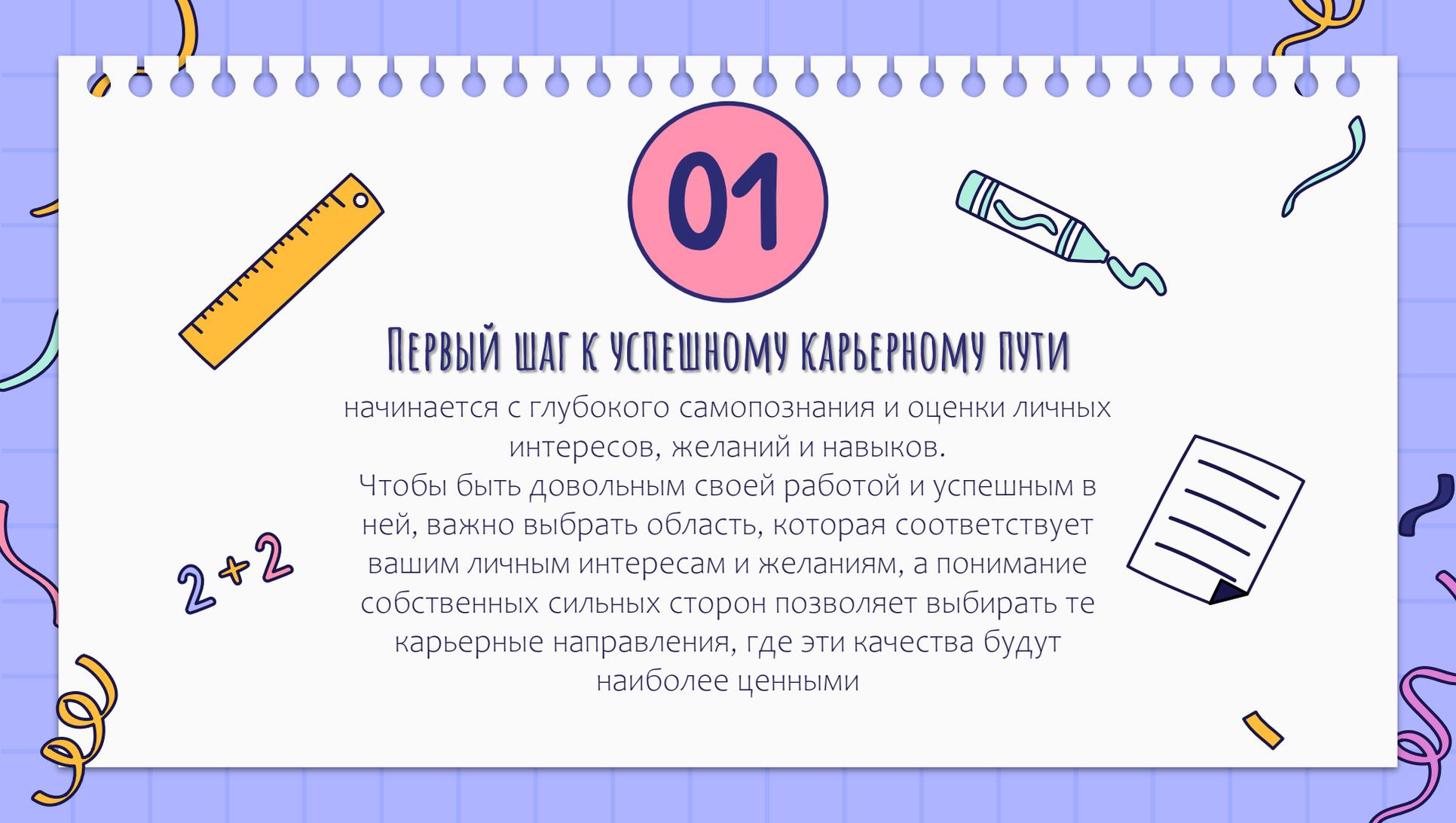
## ПЕРВЫЙ ШАГ К УСПЕШНОМУ КАРЬЕРНОМУ ПУТИ

начинается с глубокого самопознания и оценки личных интересов, желаний и навыков.

Чтобы быть довольным своей работой и успешным в ней, важно выбрать область, которая соответствует вашим личным интересам и желаниям, а понимание собственных сильных сторон позволяет выбирать те карьерные направления, где эти качества будут наиболее ценными

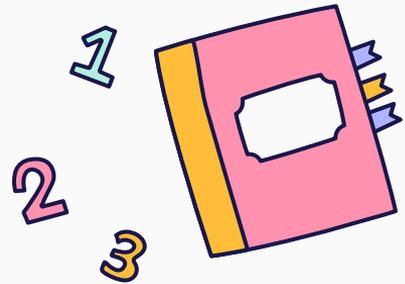
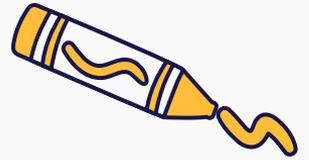


2+2



## ЧТОБЫ ЛУЧШЕ ПОНЯТЬ СЕБЯ, МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИНСТРУМЕНТЫ И МЕТОДЫ:

- ❑ Задайте себе вопросы о том, что вам нравится делать, какие задачи вызывают интерес, в каких проектах вы чувствуете наибольшее удовлетворение
- ❑ Существуют различные психометрические тесты и оценки, которые помогут определить ваши профессиональные предпочтения и тип личности
- ❑ Поговорите с коллегами, друзьями и семьей о том, как они видят ваши сильные стороны и зоны роста
- ❑ Карьерный консультант может предложить индивидуальные рекомендации и помочь определить наилучший путь для вашего профессионального развития



# ОБРАЗОВАНИЕ И НЕПРЕРЫВНОЕ ОБУЧЕНИЕ

01

## ВЫБОР ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ТРАЕКТОРИИ И ПОСТОЯННОЕ ОБНОВЛЕНИЕ ЗНАНИЙ И НАВЫКОВ

в современном мире, где технологии и отраслевые тренды меняются с большой скоростью, непрерывное обучение становится не просто преимуществом, а необходимостью

02

## ВЫБОР УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ И СПЕЦИАЛЬНОСТИ

важно учитывать не только текущие интересы, но и долгосрочные карьерные перспективы. Необходимо регулярно проводить исследования, чтобы понимать, какие навыки ценятся работодателями и какие тенденции движут рынком труда

03

## ПОЛУЧЕНИЕ ОСНОВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ – ЭТО ЛИШЬ ПЕРВЫЙ ШАГ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

необходимо постоянно обучаться и самосовершенствоваться.

Особенно это касается тех сфер, где знания устаревают быстрее, чем в других. современные работодатели ценят не только академические знания и опыт работы, но и способность к обучению, адаптации и применению новых навыков в практике

## ВАРИАНТЫ ПОСТОЯННОГО ПОПОЛНЕНИЯ БАГАЖА ЗНАНИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

01

Специализированные курсы, предлагаемые университетами или отраслевыми организациями, позволяют получить новые знания и подтвердить их сертификатами, которые признаются в отрасли

02

Платформы для обучения предоставляют доступ к тысячам курсов по самым разным темам, от программирования до маркетинга, и позволяют учиться в удобном темпе

03

Вебинары и онлайн-семинары. Это отличный способ оставаться в курсе последних трендов и лучших практик отрасли, а также возможность для сетевого общения с коллегами и экспертами

1+3

2+2

## ВАРИАНТЫ ПОСТОЯННОГО ПОПОЛНЕНИЯ БАГАЖА ЗНАНИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

04

Участие в отраслевых мероприятиях помогает не только узнать о последних достижениях в вашей сфере, но и расширить профессиональный кругозор

05

Чтение специализированных книг, журналов, статей и блогов

06

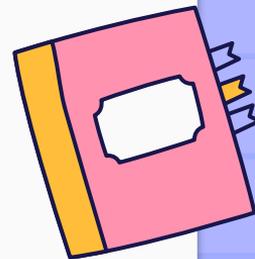
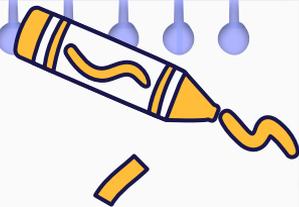
Сотрудничество с наставником или участие в программе обратной связи может помочь выявить слабые стороны и разработать индивидуальный план развития

1+3

2+2

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ КАРЬЕРНЫХ ЦЕЛЕЙ

- ❑ Изучите требования вашей отрасли, возможные карьерные пути и тренды развития. Это даст вам представление о том, какие возможности доступны и какие навыки будут востребованы.
- ❑ Определите, чего вы хотите достичь в ближайшем будущем (обычно в течение года). Это могут быть задачи по улучшению текущих навыков, получению новых знаний или достижению определенных показателей эффективности на вашей текущей работе.
- ❑ Сформулируйте более амбициозные цели, которых вы хотите достичь в течение нескольких лет (3-5 лет или более). Это может быть продвижение по службе, смена профессии или открытие собственного бизнеса.



1

2

3

# SMART-КРИТЕРИИ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ ЦЕЛЕЙ



**S**

(SPECIFIC) – **КОНКРЕТНОСТЬ**

Цель должна быть четко сформулирована. Вместо «хочу стать лучше» скажите «хочу освоить программу для графического дизайна»

**M**

(MEASURABLE) – **ИЗМЕРИМОСТЬ**

У вас должен быть способ отслеживания прогресса. Например, «получу сертификат по программе за следующие шесть месяцев»

**A**

(ACHIEVABLE) – **ДОСТИЖИМОСТЬ**

Цель должна быть реалистичной и выполнимой с учетом ваших ресурсов и времени

**R**

(RELEVANT) – **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Цель должна соответствовать вашим долгосрочным карьерным планам и иметь значение для вашего профессионального развития

**T**

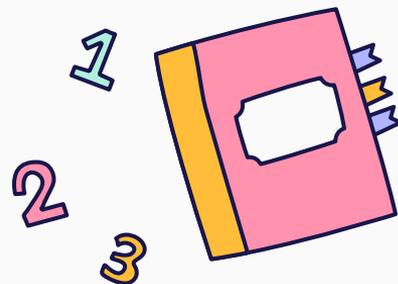
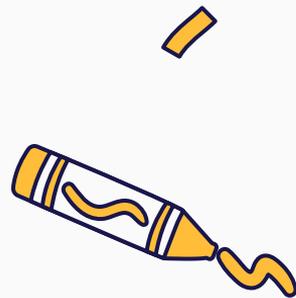
(TIME-BOUND) – **ОГРАНИЧЕННОСТЬ ПО ВРЕМЕНИ**

Установите конкретные сроки для достижения цели, чтобы обеспечить дисциплину и мотивацию



## АКТИВНОЕ УЧАСТИЕ В ЖИЗНИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СООБЩЕСТВА

- ❑ Развитие своей профессиональной сети очень важно для построения карьерного трека и профессионального развития
- ❑ Общение с коллегами из других компаний позволяет получать доступ к новым возможностям, расширяет кругозор, улучшает навыки общения и способствует обмену знаниями



## СОВЕТЫ ПО ЭФФЕКТИВНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ



Будьте активны на профессиональных платформах. Регулярно обновляйте свой профиль, публикуйте статьи, делитесь мыслями о тенденциях отрасли и участвуйте в обсуждениях



Присоединяйтесь к группам в социальных сетях, которые соответствуют вашим интересам и отрасли. Активное участие в дискуссиях может повысить вашу видимость и установить вас как эксперта в вашей области



Помимо онлайн-сетевых мероприятий, по возможности участвуйте в конференциях, семинарах и других мероприятиях, где вы можете встретиться с коллегами лично



Путь к профессиональному успеху часто бывает трудным и полон препятствий. Но помните, что каждый шаг, даже самый маленький, приближает вас к вашей цели. Верьте в свои силы и возможности. Не бойтесь брать на себя риски и выходить из зоны комфорта, ведь именно так открываются новые горизонты

A spiral-bound notebook page with a light blue background and colorful streamers. The page is white with a spiral binding at the top. The background is a light blue grid pattern with various colored streamers (yellow, green, pink, blue) scattered around the edges. The text is centered on the page.

<https://hrtime.ru/material/kak-pravilno-vystroit-svoy-karernyy-put-poshagovoe-rukovodstvo-ot-109916/>